



# つくしたより



## 今月の行事予定

21日(金)

誕生日会



主題 “はすまいて” 令和7年 2月1日 市場保育所

一年で最も寒い日が続くと言われる2月。厳しい寒さが続く頃となりました。空気が乾燥して、感染症も流行する時期です。インフルエンザや溶連菌などの感染症の他に、感染症胃腸炎が増加の傾向をたどっています。お子様達がこの冬元気に乗り切れる様に規則正しい生活や、栄養バランスのとれた食事・入浴をして、体を温めるなど健康的な生活を過ごしていきましょう。又、今年度も残す所あと2ヶ月となりました。各クラス、一年間の保育の集大成へと向けて日々遊びを積み重ねていっています。お子様達と共に、嬉しい春を迎える事が出来る様、お子様達と楽しく遊び喜び合っながら1日1日を大切に過ごしていきたいと思ひます。



先日、連合会代議員会、続けて、子育て講演会がありました。子育て講演会では、助産院“笑望”の助産師 高崎望 先生のとて貴重なお話を聞く事が出来ました。その中で①お〜5歳迄に生きる事に必要な事(本能)の体の能 ②おりの脳 ③いの脳を育てる事が大事な事だと言われていました。そして、その為に親としてやるべき事は、まず「生活のリズムを整える」と言う事が最も大切だと言う事でした。朝7時に起きて、朝風呂を浴び、又、21時には就寝すると言った基本的な生活習慣の大切さの

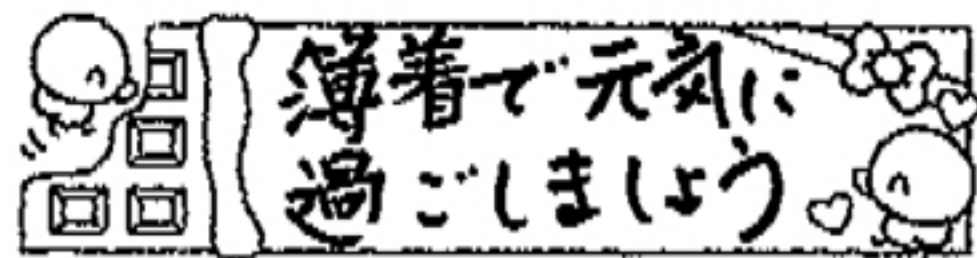
お話でした。子育てをする上でとても参考になる講演会でした。お忙しい中、ご参加頂き、本当にありがとうございました。



### 3月8日(土)生活発表会があります

3月8日(土)に、生活発表会があります。一年間、各年齢毎の発達を踏まえ、お話を幹に遊んできました。その日々の遊びの積み重ねの中で成長したお子様達の姿をご覧頂きたいと思ひます。当日は、お子様達の成長を喜び、合、嬉しい春を迎えたいと思ひます。温かいご声援をどうぞよろしくお願い致します。

- 開始 9:30~
- 服装 スポーツウェア上下、冬の制服(スモック)



つい、厚着になってしまがちは季節ですが、薄着にしていると冷たい空気が刺激となって、皮膚の感覚器が敏感になり、体温調節機能が高まります。そうすることで自律神経のバランスが発達していきます。自律神経を鍛えていく事で免疫力が高まり、風邪をひきにくくなります。もこもこ着込んでは、動きにくくて、活動的にはなりませんので、薄着にする事で、思いきり、体を動かして過ごしていきたいです。

(今月は苦情はありせん)